

Zákeřné digitální drogy: Sociální sítě jsou návykovější než cigarety

- CZ24 News | 27. listopadu 2023

Je skutečně možné, aby byl někdo závislý na sociálních sítích nebo na svém mobilu?

Odolat tweetování, Facebooku či „jen“ kontrolování mailů může být podle vědců pro mnohé z nás zhruba stejně těžké jako vzdát se alkoholu či cigarety. Nebo i těžší.

Tým z University of Chicago Booth School of Business v čele s psychologem Wilhelmem Hofmannem provedl na zmíněné téma studii, v níž zkoumal vůli 205 lidí ve věku 18–85 let. Účastníci experimentu **informovali vědce sedmkrát denně o tom, zda a jak silně pocítovali v průběhu posledních 30 minut touhu po různých drogách včetně připojení k sociálním sítím a jestli jí odolali.**

Z 10 558 odpovědí celých 7 827 potvrzovalo různé „toužebné“ pocity, přičemž mnohé se týkaly právě sociálních sítí. Výsledky navíc ukázaly, že **lidé nejčastěji odkládali spánek či sex právě proto, aby zkontrolovali svůj profil nebo status na sociální síti.** Touha po digitálním kontaktu byla dokonce silnější než potřeba dát si cigaretu či alkohol. Schopnost odolat sítím se navíc snižovala s pokročilejší denní hodinou.

ZDROJ: Studie Chicago Booth School